İÇME ADABI

Tek Nefeste İçmemeli:

- Rasulullah buyurdu ki:

- لَا تَشْرَبُوا وَاحِدًا كَشُرْبِ الْبَعِيرِ، وَلَكِنْ اِشْرَبُوا مَثْنَى وَثُلَاثَ، وَسَمُّوا إِذَا أَنْتُمْ شَرِبْتُمْ، وَاحْمَدُوا إِذَا أَنْتُمْ رَفَعْتُمْ

- *"Deve gibi bir nefeste içmeyin. İki, üç nefeste için. Bir şey içeceğiniz zaman besmele çekin; içtikten sonra da elhamdülillah deyin."*[1]

---

[1] Tirmizi.

- Hz. Enes’ten rivayet edildiğine göre;

- أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّم كَانَ يَتَنَفَّسُ فِي الشَّرَابِ ثَلَاثًا

- Rasulullah suyu ve diğer içecekleri üç nefeste içerdi.[2]

[2] Buhari, Müslim.

Su İçilen Kabın İçine Üflemek:

- Ebû Katâde’den rivayet edildiğine göre;
- أَنَّ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّمَ نَهَى أَنْ يُتَنَفَّسَ فِي الْإِنَاءِ .
- Rasulullah (su içilen) kabın içine solumayı yasakladı.[3]

******

- Ebû Saîd el-Hudrî anlatıyor: Rasulullah içilecek şeylere üflemeyi yasaklamıştı.
- Bunun üzerine bir adam:

[3] Buhari, Müslim.

- “Kaba çerçöp düştüğünü görürsem ne yapayım?” deyince:
- *“Kaba düşen şeyi dök!”* buyurdu.
- Bu defa adam:
- Bir nefeste içince suya kanmıyorum, dedi.
- Resûl-i Ekrem de:
- *“O takdirde su kabını ağzından çek!”* buyurdu.[4]

---

[4] Tirmizi.

İkrama Sağdan Başlamak:

- Hz. Enes anlatıyor:
- أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّم أُتِيَ بِلَبَنٍ قَدْ شِيبَ بِمَاءٍ، وَعَنْ يَمِينِهِ أَعْرَابِيٌّ، وَعَنْ يَسَارِهِ أَبُو بَكْرٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، فَشَرِبَ، ثُمَّ أَعْطَى الْأَعْرَابِيَّ
- Rasulullah'a su katılmış süt getirildi. O sırada Hz. Peygamber'in sağında bir bedevî, solunda da Ebû Bekir oturuyordu. Sütten içtikten sonra onu bedevîye verdi veşöyle buyurdu:
- اَلْأَيْمَنَ فَالْأَيْمَنَ
- *"Sağ taraftan, sağ taraftan!"*[5]

---

[5] Buhari, Müslim.

- Sehl İbni Sa`d anlatıyor:

- أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّم أُتِيَ بِشَرَابٍ، فَشَرِبَ مِنْهُ وَعَنْ يَمِينِهِ غُلامٌ، وَعَنْ يَسَارِهِ أَشْيَاخٌ، فَقَالَ لِلْغُلَامِ

- Rasulullah'a içecek bir şey getirdiler. O da içti. Bu sırada sağ tarafında bir çocuk, sol tarafında yaşlılar oturuyordu. Rasulullah çocuğa dönerek şöyle sordu:

- أَتَأْذَنُ لِي أَنْ أُعْطِيَ هَؤُلَاءِ؟

- - *“Bunu yaşlılara vermeme izin verir misin?”*

- فَقَالَ الْغُلَامُ: لَا وَاللَّهِ، لَا أُوثِرُ بِنَصِيبِى مِنْكَ أَحَدًا

- Çocuk: “Hayır, vallahi olmaz, Yâ Rasulallah! Senden kazanacağım hayrı kimseye bağışlayamam” dedi.

- فَتَلَّهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّمَ فِي يَدِهِ.

- Rasulullah da kabı çocuğun eline verdi.[6]

---

[6] Buhari, Müslim.

Suyu İkram Eden En Son İçer:

- Rasulullah buyurdu ki:

- سَاقِى الْقَوْمِ آخِرُهُمْ.

- *“Halka su dağıtan kimse, suyu en sonra içer.”*[7]

Bu Hadisin Söylenme Sebebi:

- Uzun yolculuk esnasında müslümanlar hem iyice yorulmuş hem de içecek suları tükenmişti. Ebû Katâde, yorgunluğuna rağmen Resûl-i Ekrem *sallallahu aleyhi ve sellem*’e hizmette kusur etmemeye çalışmıştı. Müslümanlar susuzluktan iyice bunalınca, Hz. Peygamber *aleyhisselâm* içinde birazcık su kalmış olan küçük matarasını istedi.

[7] Tirmizi.

İşte o anda Rasûlullah'ın mûcizelerinden biri gerçekleşti. Ebû Katâde'nin tuttuğu bardağa mübarek elleriyle matarasından su doldurmaya, Ebû Katâde de sahâbîlere dağıtmaya başladı.

- Sahâbîler kana kana içtiler. En sona Allah'ın Rasûlü ile Ebû Katâde kalmıştı. Resûlullah *sallallahu aleyhi ve sellem* bardağı doldurduktan sonra Ebû Katâde'ye:
- - *"İç!"* dedi. Fakat Ebû Katâde Allah'ın Rasûlü'nden önce içmek istemedi:
- - Sen içmedikçe ben içemem, yâ Rasûlallah! dedi.
- İşte o zaman Allah'ın Resûlü yukarıdaki hadîs-i şerîfi söyleyerek:
- - *"Halka su dağıtan kimse, suyu en sonra içer"* buyurdu.
- O zaman Ebû Katâde bu emre boyun eğip suyu içti. En sonra da Allah'ın Rasûlü içti.

Testi vb. Kapların Ağzından İçmemek:

- Ebû Hüreyre anlatıyor:

- نَهَى رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّمَ أَنْ يُشْرَبَ مِنْ فِي السِّقَاءِ أَوِ الْقِرْبَةِ

- Rasûlullah su tulumu yahut kırbanın ağzından su içmeyi yasakladı.[8]

[8] Buhari, Müslim.

- Bu yasaklar tamamen sağlıkla ilgilidir. Şöyle ki, ağzı kırık su tulumu, kırba ve testi gibi su kaplarından, kırık olmasa bile onların daracık ağızlarından içeri zehirli bir böceğin veya insan sağlığına zararlı bir başka şeyin girmesi mümkündür. Tabiatla içiçe olan yerleşim bölgelerinde veya bağda, bahçede, tarlada ağzı iyice kapalı olmayan su kapları her zaman bu nevi tehlikelere açıktır.

- Ağzını testi ve tulum gibi su kaplarına dayayarak su içen bazı kimselerin bu kapların içine soluması veya ağızlarındaki yemek artıklarının bu kapların içine kaçması mümkündür. Bu durum diğer insanların rahatsız olmalarına yol açabilir.

Ayakta Su İçmek:

- İbni Abbas anlatıyor:
- سَقَيْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّم مِنْ زَمْزَمَ ، فَشَرِبَ وَهُوَ قَائِمٌ .
- Peygamber (sas)’e zemzem verdim. Onu ayakta içti.[9]

******

- أَتَى عَلِيٌّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ بَابَ الرَّحْبَةِ فشَرِبَ قَائِمًا ، وَقَالَ :
- Hz. Ali Bâbü’r-rahbe’ye geldi ve ayakta su içti. Sonra da şöyle dedi:
- إِنِّى رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّم فَعَلَ كَمَا رَأَيْتُمُونِى فَعَلْتُ.
- Rasûlullah’ın benim içtiğimi gördüğünüz gibi su içtiğini gördüm.[10]

---

[9] Buhari, Müslim.
[10] Buhari.

- İbni Ömer anlatıyor:
- كُنَّا نَأْكُلُ عَلَى عَهْدِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّمَ وَنَحْنُ نَمْشِى ، ونَشْرَبُ وَنَحْنُ قِيَامٌ .
- Biz Rasulullah'ın zamanında, yürürken bir şey yer, ayakta iken de su içerdik.[11]

******

- Abdullah İbni Amr İbni Âs şöyle dedi:
- رَأَيْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وسَلَّم يَشْرَبُ قَائِمًا وَقَاعِدًا.
- Ben Resûlullah'ın ayaktayken de otururken de su içtiğini gördüm.[12]

[11] Tirmizi, İbn Mace.

- Hz. Enes anlatıyor:
- أَنَّهُ نَهَى أَنْ يَشْرَبَ الرَّجُلُ قَائِمًا
- Rasulullah bir kimsenin ayakta su içmesini yasaklamıştır.
- قَالَ قَتَادَةُ : فَقُلْنَا لِأَنَسٍ : فَالْأَكْلُ ؟
- Katâde şöyle dedi:- Biz Enes'e:"Ya ayakta yemek nasıldır?" diye sorduk. Enes:
- قال : ذَلِكَ أَشَرُّ أَوْ أَخْبَثُ
- - Ayakta yemek daha beter (veya kötüdür), dedi.[13]

---

[12] Tirmizi, Nesai.
[13] Müslim, Tirmizi.

Ayakta Su İçmeyle İlgili Hadislerin Değerlendirilmesi:

- Ayakta su içmenin lehinde ve aleyhindeki hadisler dikkate alındığı zaman, Peygamber Efendimiz'in ayakta su içtiğine dair rivayetlerin, ayakta su içmeyi yasakladığını belirten hadislerden daha fazla olduğu anlaşılmaktadır.
- İmam Nevevi, bu hususta ayakta su içmek câiz olmakla beraber, oturarak içmenin daha iyi ve makbul olduğunu belirtmiştir.

Ayakta Su İçmenin Tıbbi Yönü

- Midenin ayakta ve oturur vaziyetteki pozisyonu farklıdır. Ayakta içilen su, doğrudan doğruya onikiparmak bağırsağına geçer. Midenin küçük eğriliğine uyan kısmında, mide caddesi denen bir oluk bulunur. Sıvı gıdalar bu yolu takip ederek zaten devamlı küçük bir açıklığı olan mide çıkışını geçerek, onikiparmak bağırsağına geçer. Sıvılar oturarak içilirse bunlar önce midede birikir, asitle karışarak mikropları ölür ve sonra onikiparmak bağırsağına geçer. Böyle oturarak su içen, birçok intan hastalıklarından korunmuş olur. Suyu veya meşrubatı ayakta içen, bu tehlikeye daha fazla maruz kalır.

Altın ve Gümüş Kaptan Su İçmek:

- Huzeyfe anlatıyor:

- **إِنَّ النَّبِيَّ نَهَانَا عَنِ الْحَرِيرِ وَالدِّيبَاجِ وَالشُّرْبِ فِي آنِيَةِ الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ ،**

- Rasulullah bize hâlis ipek ve atlas kumaştan elbise giymeyi, altın ve gümüş kaplarla su içmeyi yasakladı ve şöyle buyurdu:

- **هِيَ لَهُمْ فِي الدُّنْيَا ، وَهِيَ لَكُمْ فِي الْآخِرَةِ**

- *"Bunlar dünyada kâfirlerin, âhirette de sizin olacaktır."*[14]

---

[14] Buhari, Müslim.

- Rasulullah buyurdu ki:

- مَنْ شَرِبَ فِي إِنَاءٍ مِنْ ذَهَبٍ أَوْ فِضَّةٍ فَإِنَّمَا يُجَرْجِرُ فِي بَطْنِهِ نَارًا مِنْ جَهَنَّمَ

- *"Altın veya Gümüş kaplarla su içen kimse, karnına cehennem ateşi doldurmuş olur."*[15]

[15] Buhari, Müslim.

Çeşitli Meseleler:

- Sual: Bir şey içerken veya yerken az bir şey bırakmak doğru mudur?
- Cevap: Doğru değildir. Hepsini yiyip içmelidir. Çünkü Rasulullah efendimizin önüne konan yemekten hiç artmazdı.
- Sual: Çok su içmek zararlı mıdır?
- Cevap: Evet, çok su içmek zararlıdır deniyor. Çünkü çok fazla su içerse su zehirlenmesi olur, kalb yetmezliği, ödem gelişebilir, her şeyin fazlası zarardır. Böbreklerden atılma hızından daha fazla su alınırsa vücutta birikir. Ödem ve tansiyon yükselmesi yapabilir. Ancak idrar, ter vb. yollarla vücuttan atabiliyorsa problem olmaz.
- Sual: Testinin içine bakmadan kaldırıp içmek uygun değildir. Plastik veya cam şişeleri dikip içmek caiz mi?
- Cevap: İçi görüldüğü için caizdir.

- Sual: Küçük bardakla su içerken, her bardağı, bir nefeste olmak üzere, üç bardağı peş peşe içmek caiz mi?
- CEVAP: Evet.
- Sual: Zayıflamak niyetiyle aç karnına su içmek caiz mi?
- CEVAP: Evet.
- Sual: İşi aksatmamak için ayakta çay içmek caiz mi?
- CEVAP: Evet.

Genel Hatlarıyla İçme Adabı

- Suyu sağ elle içmelidir. İçeceği suya bakıp, sonra içmelidir. Üç nefeste içmelidir. Soluğu suya değil, bardağın dışına vermeli, nefes verirken, bardağı ağızdan çekmelidir. Yazın, serin içmelidir. Çok soğuk içmemelidir. Resulullah efendimiz, serin şerbet içmesini severdi. Zemzem suyu, abdest aldıktan sonra kalan su ve ilaç yutmak için içilen su, ayakta içilebilir. Yolcu, her suyu ayakta içebilir.

- Aç karna su içmemelidir. Suyu yavaş yavaş emer gibi içmelidir. Ağzı doldurarak içmemelidir. Suyun hepsini bir solukta içmemelidir. Kaynar şeyi, soluyarak içmemeli. Soğutup, sonra içmelidir. Suya bir şey düşerse, parmakla veya kürdanla almak kolaysa almalı, alınamazsa, suyun bir parçasını dışarı dökerek gidermelidir. Yanında oturanlara bir şey verirken, kendi sağında olandan başlanır. Sonra, onun sağındakine olarak devam edilir. Sağdakinin izniyle önce soldakine verilebilir.